

Campagna europea 2014/2015

Insieme per la prevenzione e la gestione dello stress lavoro-correlato

Le Buone Pratiche



La salute e la sicurezza sul lavoro riguardano tutti. Un bene per te. Un bene per l'azienda.



Presentazione Azienda/Organizzazione

Aubay in cifre

- Creata nel 1998, quotata Nyse Euronext (SBF 250)
- Società di Consulenza e System Integration
- 6 Country, 13 sedi in Europa



- 56% del capitale detenuto dal Managements
- Margine operativo, 8,3% nel 2014

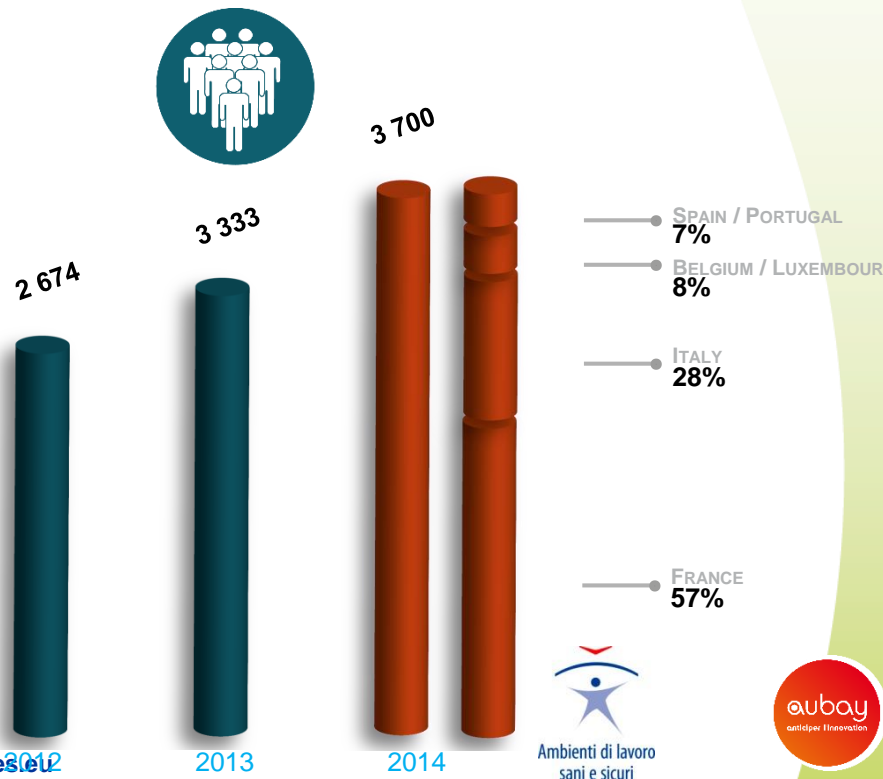
Presenza europea



Agencia europea per la sicurezza e la salute sul lavoro

www.healthy-workplaces.eu

Professionals



Presentazione Azienda/Organizzazione

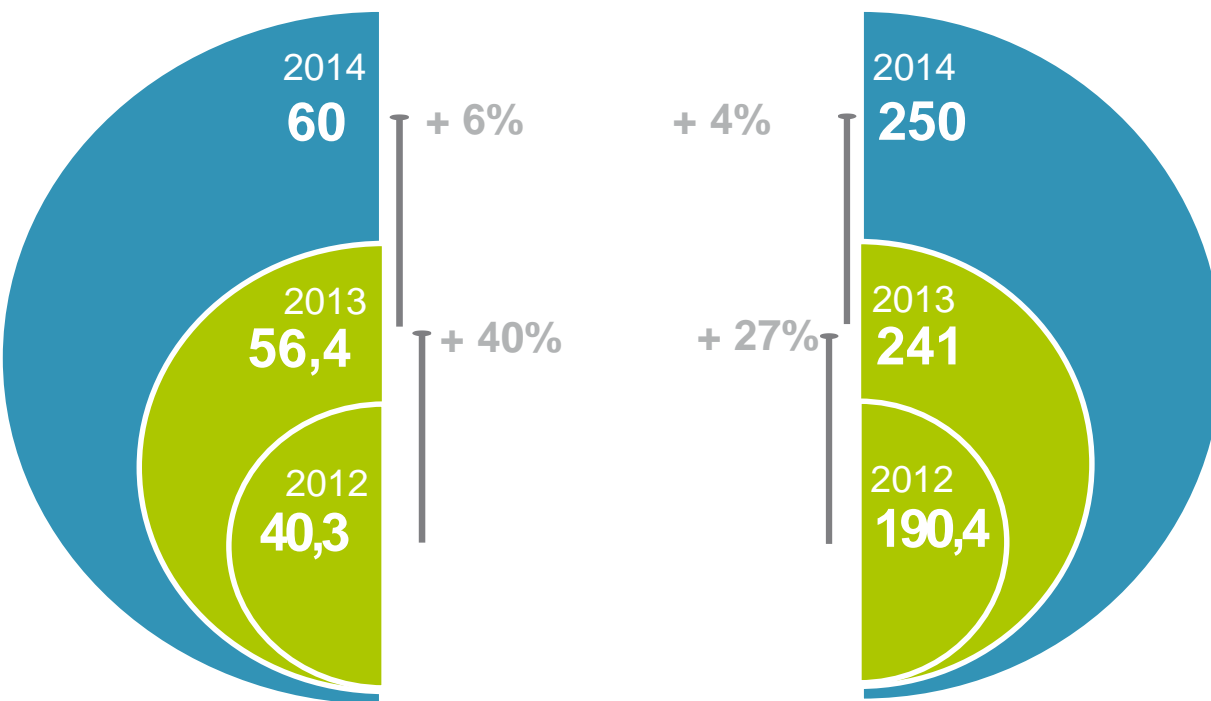
Aubay in cifre

- Creata nel 1998, quotata Nyse Euronext (SBF 250)
- Società di Consulenza e System Integration
- 6 Country, 13 sedi in Europa



- 56% del capitale detenuto dal Managements
- Margine operativo, 8,3% nel 2014

Cifra d'affari Aubay in M€

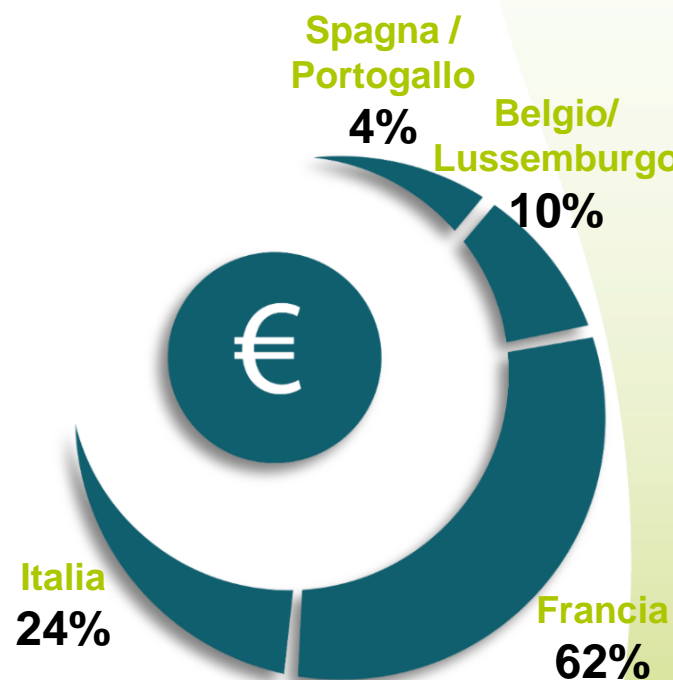


AUBAY ITALY (in M€)



AUBAY GROUP (in M€)

www.healthy-workplaces.eu



Ripartizione Fatturati 2014 per paesi

Ambienti di lavoro
sani e sicuri



Presentazione Azienda/Organizzazione

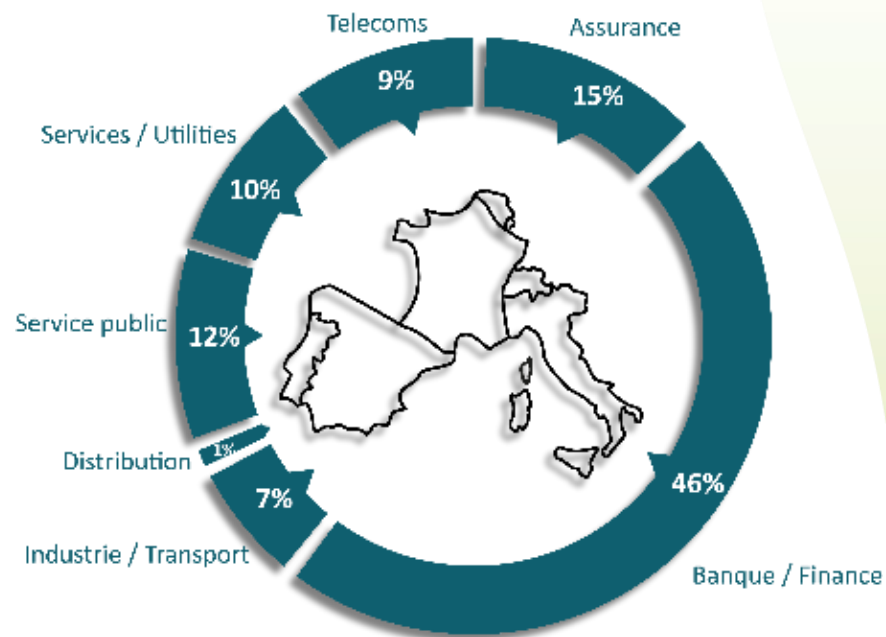
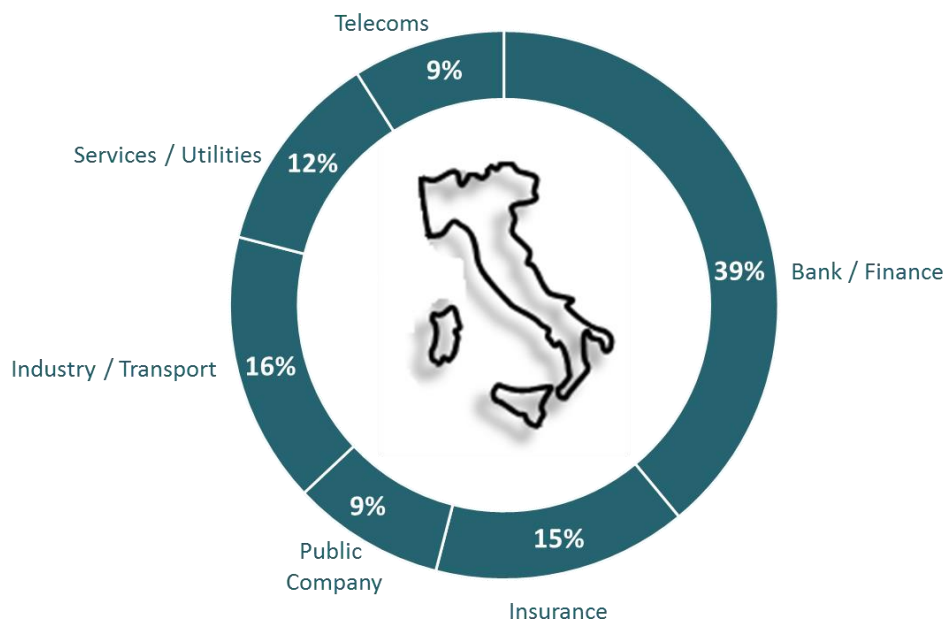
Aubay in cifre

- Creata nel 1998, quotata Nyse Euronext (SBF 250)
- Società di Consulenza e System Integration
- 6 Country, 13 sedi in Europa



- 56% del capitale detenuto dal Managements
- Margine operativo, 8,3% nel 2014

Ripartizione Revenues per Settori d'attività



Problematica

Stili di vita in Italia



- ***E' ormai chiaro che la sedentarietà, le cattive abitudini alimentari e, di conseguenza, il sovrappeso che ne deriva sono tra le maggiori cause delle seguenti patologie:***
 - malattie cardiovascolari, in particolare l'ipertensione arteriosa;
 - malattie osteoarticolari;
 - Diabete e malattie endocrine (es. malattie della tiroide).
 - Alcuni tipi di cancro
- ***Circa il 70% della spesa sanitaria pubblica è allocato nella gestione di malattie croniche strettamente correlate agli stili di vita.***
- ***L'adozione di un sano stile di vita, basato su una corretta attività fisica ed una idonea igiene alimentare è prevenzione primaria e quindi rappresenta il modo più efficace e più economico per mantenersi in salute.***
- ***In un contesto economico caratterizzato dall'invecchiamento progressivo della popolazione e dalla necessità di contenimento della spesa pubblica, il wellness diviene un elemento strategico per la diminuzione prospettica dei costi delle prestazioni di cura.***

Problematica

L'Azienda per la salute



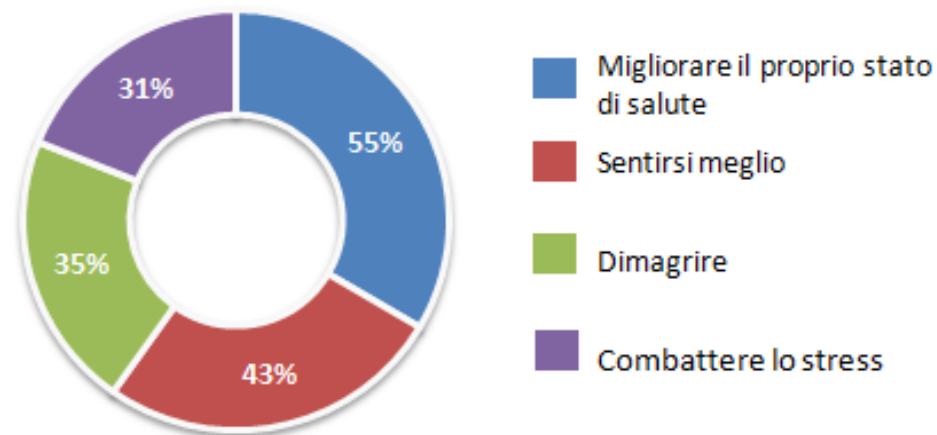
- Le persone spendono la maggior parte del proprio tempo 'attivo' sul luogo di lavoro, che perciò costituisce l'ambiente principale di socializzazione e apprendimento, in grado di influenzare i comportamenti e le abitudini anche al di fuori della sfera lavorativa vera e propria.
- Per questo motivo il luogo di lavoro costituisce l'ambiente ideale per acquisire la conoscenza e la motivazione necessarie ad adottare uno stile di vita più sano.
- Si tratta un sostanziale rovesciamento del paradigma originale che considera il posto di lavoro come potenzialmente dannoso per la salute, non solo a causa degli infortuni, ma anche a causa del livello di stress:

Dalla Salute in Azienda all'Azienda per la Salute

Problematica

Benefici per i dipendenti

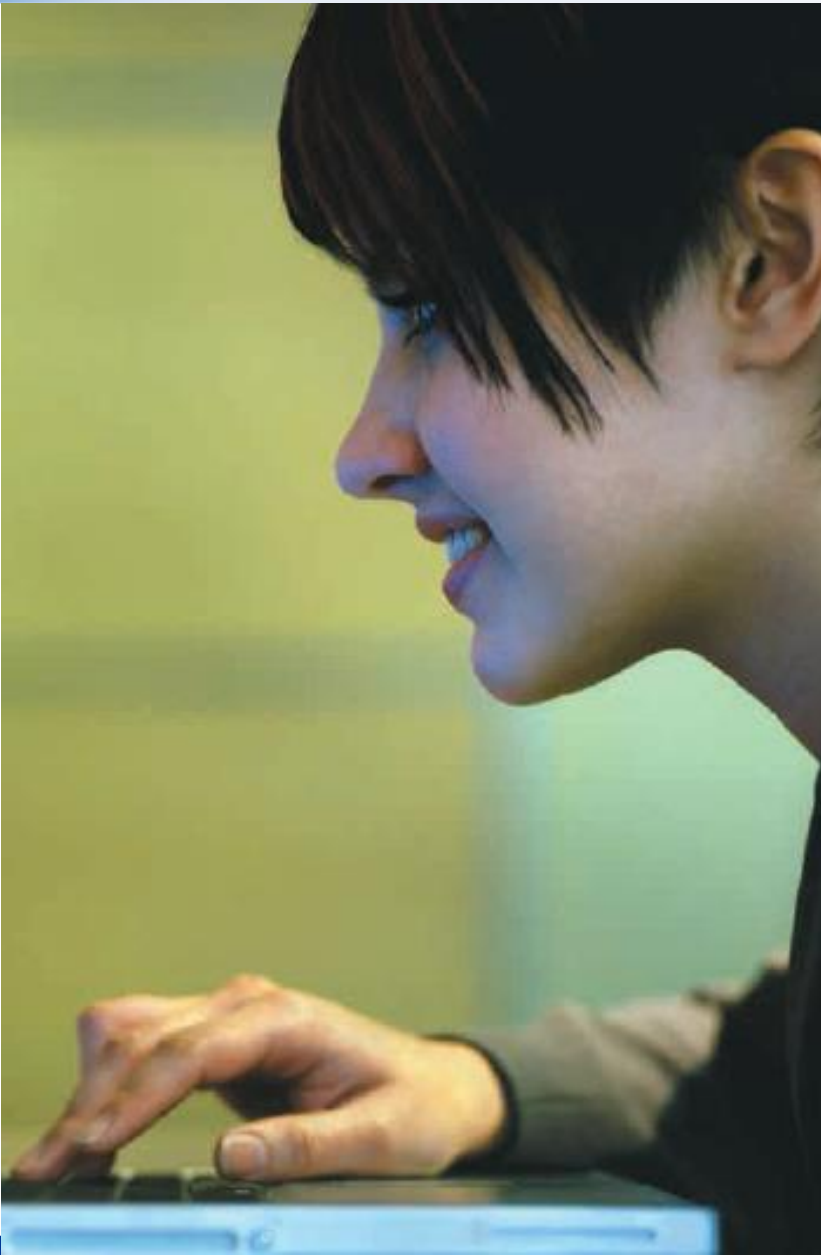
- I benefici per i dipendenti sono ovviamente legati ad un miglioramento generale delle condizioni di salute, una maggiore resistenza allo stress e un aumento delle aspettative di vita
- Vi sono anche importanti benefici economici: per una persona obesa la perdita di 7 kg di peso potrebbe portare un risparmio immediato, solo in termini di farmaci, pari a circa 400€/anno, senza contare i costi sociali e del servizio pubblico (*fonte Società Italiana di Chirurgia dell'Obesità e delle Malattie Metaboliche*).
- Le persone obese guadagnano in media il 18% in meno rispetto ai non obesi (*fonte OCSE*).



- Secondo un' intervista condotta presso 25 grandi aziende, oltre la metà dei dipendenti ritiene che un programma di corporate wellness possa migliorare il proprio stato di salute.
- Oltre il 50% ritiene che sia un valido strumento per combattere lo stress.

Problematica

Benefici per le Aziende



- **Riduzione dell'assenteismo, grazie al miglioramento della condizione psicofisica**
- **Riduzione del fenomeno del presentismo.**
- **Miglioramento del clima aziendale.**
- **Riduzione degli incidenti sul lavoro.**
- **L'adozione di un programma di Corporate Wellness rafforza tra i dipendenti e i clienti l'immagine di un'Azienda socialmente responsabile, contribuendo a differenziarla rispetto ai concorrenti.**

Soluzione

Il ruolo della tecnologia nel wellness



- Come diffondere il wellness in una struttura di grandi dimensioni, distribuita sull'intero territorio nazionale?
- La tecnologia può favorire il cambiamento dello stile di vita su vasta scala?
- La diffusione dei dispositivi mobili (smartphone e tablet) e dei social network testimonia la capacità della tecnologia di diffondersi in modo capillare e di influenzare i comportamenti di un numero enorme di persone, indipendentemente da fattori quali età, sesso, livello culturale ed economico.
- Da questi incontrovertibili presupposti nasce MyTO, il Wellness Digitale.

Soluzione

cos'è Myto



- MyTO è il primo servizio di Digital Wellness globale che propone un programma completo di nutrizione equilibrata, attività fisica e benessere psicofisico basato sulle tecniche digitali di Social Network.
- L'obiettivo è il miglioramento dello stile di vita delle persone e in tal senso MyTO è a tutti gli effetti uno strumento di prevenzione primaria continuativa nel tempo.
- Il modello e i contenuti di MyTO sono validati scientificamente dall'Istituto di Medicina e Scienza dello Sport del CONI
- E' utilizzato in diverse grandi aziende come Eni, Autostrade per l'Italia, FCA

Soluzione

Cosa differenzia MYTO rispetto ad altre applicazioni presenti sul mercato?

COMPLETEZZA	un approccio olistico al benessere, affrontando in modo rigoroso le tematiche della corretta alimentazione, dell'attività fisica e dell'equilibrio psicofisico
APPROCCIO PERSONALIZZATO	È basato sul profilo delle persone
MODELLO DIGITALE	La tecnologia è l'elemento abilitante per connettere gli utenti con un team di supporto altamente specializzato
METODOLOGIA CERTIFICATA	Il modello MYTO è stato validato dall'Istituto di Medicina dello Sport del CONI

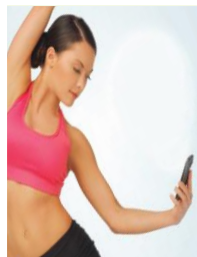
Alcune applicazioni disponibili sul mercato possiedono alcune di tali caratteristiche, ma MYTO è l'unica a possederle tutte.



Soluzione

MYTO realizza un programma completo di benessere psicofisico composto di diversi elementi

DIGITAL
WELLNESS



ATTIVITÀ FISICA

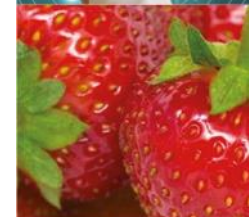
Esercizi, programmi di allenamento, integrazione con altre app e con dispositivi indossabili.

ALIMENTAZIONE

Piramide mediterranea, bilancio calorico, semaforo alimentare.

BENESSERE PSICOFISICO

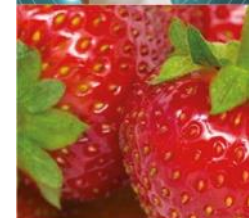
Consapevolezza, pensiero positivo, autostima.



Soluzione

MYTO elabora un programma di allenamento e un modello alimentare in base al profilo dell'utente

- E' semplice e veloce. Basta andare sul sito www.myto.pro e compilare la scheda di adesione, inserendo un nome utente, una password ed un indirizzo mail.
- Dopo essersi registrati sarà sufficiente inserire alcuni parametri (età, peso, altezza, etc..) ed alcune informazioni sullo stato di salute.
- A questo punto non resta che compilare i diari giornalieri, che costituiscono il cuore del sistema e che consentono di tracciare il proprio comportamento.



Soluzione

Come funziona?

A ciascun utente sono assegnati una serie di **OBIETTIVI PERSONALI**, in funzione del suo profilo e delle attività che svolge.

Attraverso la compilazione dei **DIARI** l'utente prende consapevolezza e si confronta quotidianamente con il team degli specialisti.

Le **RUBRICHE** pubblicate sul sito aumentano la cultura dell'utente verso il benessere.

Il **FORUM** consente di dialogare con gli altri utenti per condividere le proprie esperienze e interagire con gli esperti per richiedere approfondimenti.

La presenza costante del **MYTO TEAM** accompagna l'utente nel suo percorso verso il benessere.



Soluzione

Approccio personalizzato

- La personalizzazione del servizio è un processo che non si ferma ai dati forniti inizialmente dall'utente ma attraverso **L'ANALISI DEL COMPORTAMENTO** arricchisce ed elabora dinamicamente i programmi e gli obiettivi personali.
- L'utente ha a disposizione sofisticati **CRUSCOTTI** per verificare l'andamento dei propri comportamenti e lo scostamento rispetto al modello di riferimento.
- L'integrazione con altre app e con dispositivi indossabili consente di automatizzare il più possibile la compilazione dei diari.



Soluzione

Processi digitali e Team MyTo a supporto dell'utente

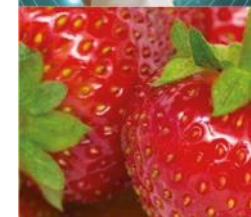
- I **MEDICI** specialisti in Medicina dello Sport e cardiologia che esaminano i profili utente ed effettuano consulenze specialistiche su richiesta.
- I **TRAINER**, esperti di scienze motorie, che creano i programmi di allenamento e ne monitorano l'andamento.
- I **NUTRIZIONISTI**, esperti di scienze dell'alimentazione, che creano piani alimentari personalizzati e seguono l'utente nel suo percorso.
- Gli **PSICOLOGI**, che si occupano della motivazione e della gestione dello stress.
- Il **WELLNESS COACH** che supporta l'utente nel proprio percorso verso il benessere, soprattutto quando la grinta e la motivazione vengono meno
- La **REDAZIONE**, che si occupa dell'aggiornamento costante dei contenuti del portale, anima il social network ed elabora la reportistica periodica per il monitoraggio dell'iniziativa.

Myto non sostituisce gli esperti umani, ma facilita la loro interazione con gli utenti attraverso l'utilizzo del canale digitale

L'utente può avere un feed-back continuo con lo staff tecnico-scientifico sia nella fase iniziale, sia durante l'intero percorso wellness.

In caso di valori fuori scala, i nostri medici ricevono un alert e contattano tempestivamente l'utente.

Tale strumento ha permesso di diagnosticare precocemente diversi casi di ipertensione.



Soluzione

I questionari e i test utilizzati sono strumenti scientifici riconosciuti a livello internazionale

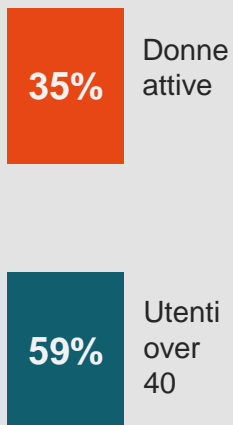
- Nell'ambito alimentare viene utilizzato il modello della piramide alimentare italiana, redatto dal Ministero della Salute.
- Nell'ambito dell'attività motoria viene utilizzato il modello IPAQ, riconosciuto dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS).
- Nell'ambito del benessere psicofisico viene utilizzato il modello della piramide dei bisogni di Maslow.
- A seguito di una attenta analisi dei modelli di riferimento e dei dati raccolti, l'Istituto di Medicina e Scienze dello Sport del CONI ha certificato la metodologia di MYTO.



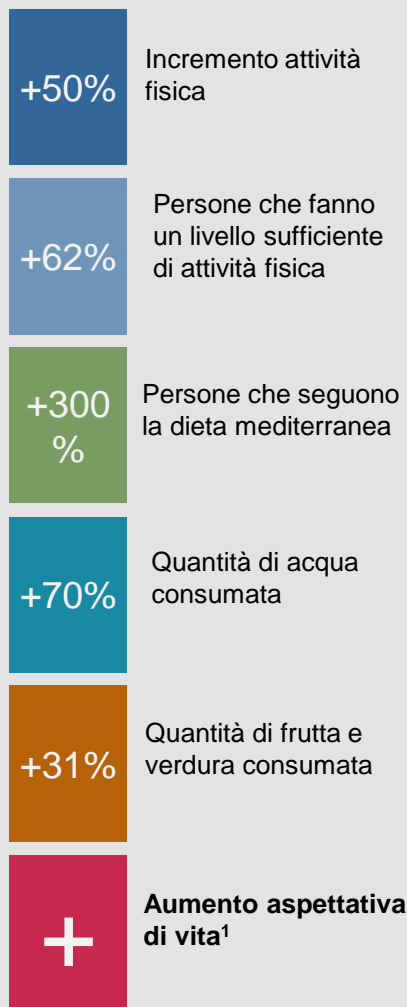
Risultati

I risultati raggiunti finora

TIPOLOGIA DI UTENTI MYTO



RISULTATI RAGGIUNTI



- I dati raccolti dopo oltre due anni di attività presso importanti aziende dimostrano come il servizio MYTO riesca ad incidere in modo determinante sullo stile di vita delle persone.
- Il successo non è solo nei numeri, ma anche nelle molteplici testimonianze dirette degli utenti che scrivono alla redazione per esprimere la propria soddisfazione.
- Le interviste ai MYTO Champion, le persone che già usano con più successo MYTO, raccontando realtà, esigenze ed obiettivi differenti sono l'esempio più evidente della possibilità per ciascun utente di individuare un proprio percorso verso il benessere.

(1) Dato basato sulle indicazioni fornite da OMS



www.myto.pro



www.healthy-workplaces.eu